

令和8年8月吉日

各 位

一般社団法人
日本スイミングクラブ協会
会 長 三 宅 泉
指 導 力 向 上 委 員 会
委員長 藤 井 洋 治 郎

**一般社団法人日本スイミングクラブ協会認定
『アクアダンス（アクアビクス）インストラクター
資格取得講習会』開催のご案内**

拝啓 時下益々ご清栄のこととお慶び申し上げます。日頃は、当協会と当委員会にご支援とご協力を賜り厚くお礼を申し上げます。

さて、別紙の要項にて今年度の『アクアダンスインストラクター資格取得講習会』を開催いたしますのでご案内を申し上げます。

スイミングクラブとスポーツクラブにとりましてアクアダンス（アクアビクス）は、年齢に関係なく参加できる重要なプログラムです。そして、単に音楽に水中動作を合わせるのではなく、水中運動を知った上で水の特性に合わせたアクアダンス（アクアビクス）の指導が求められております。すなわち、水中運動と水泳のことをよく知った上で、音楽を水中運動に活用できる水泳指導者が求められております。

それに対応すべく当協会では、水中運動に音楽を活用するという考えに基づいた『アクアダンスインストラクター資格制度』を決定し、平成13年よりその資格の普及に努めているところであります。そして、資格取得者のレベルの高さに大きな評価をいただいております。

現在、この当協会認定のアクアダンスインストラクター資格を取得した水泳指導者が、アクアダンス普及の中核的役割を果たしております。

つきましては、アクアダンスの指導をしている方に、この資格取得講習会を受けていただき、資格を持ったプロのアクアダンスインストラクターとして活躍していただきたく、重ねてご案内申し上げます。

敬具

一般社団法人日本スイミングクラブ協会認定
『アクアダンスインストラクター資格取得講習会』要項

1、アクアダンスインストラクターとは：

初心者から上級者までの、アクアダンスの指導および管理ができるものです。

2、主 催：一般社団法人日本スイミングクラブ協会

3、主 管：一般社団法人日本スイミングクラブ協会 指導力向上委員会

4、期 日：令和8年10月17日（土）・18日（日）

5、会 場：1日目（17日）

会場：o h ! g o o d ! s p a c e

〒114-0011 東京都北区昭和町 1-3-9 モンフォーレ尾久駅前 2 階

TEL：03(5692)7272 JR 宇都宮線・高崎線他「尾久」駅より徒歩 0 分

2日目（18日）

会場：東京マリン舎人スイミング

〒121-0831 東京都足立区舎人 1-16-3 TEL：03-3855-2121

日暮里舎人ライナー「舎人駅」より徒歩 0 分

6、受講対象者：満 18 歳以上の健康な方（講習会初日の年齢）で、アクアダンス（アクアビクス）・エアロビクスのレッスン指導を複数回受けたことがある方、及び現在アクアダンスの指導をしている方。

7、定 員：30 名（ただし、定員になり次第締切ります。）

（参加者が 10 名以下の場合は、中止になる場合もございますのであらかじめご承知おき下さい。）

8、講 師：一般社団法人日本スイミングクラブ協会認定講師

9、参加費用：受講料（16,500 円）、検定料（3,300 円）、合計 19,800 円
教本代（5,280 円）※既にお持ちの方は不要です。

（なお、合格後に資格登録料（5,000 円）が別途必要になります。）

10、申込方法：別紙申込書に必要事項を記入の上、振込金明細書のコピーを添えて、下記宛てにお送り下さい。

11、申 込 先：〒101-0047 東京都千代田区内神田 2-11-6 喜助内神田ビル 6F

一般社団法人日本スイミングクラブ協会指導力向上委員会

12、振 込 先：①銀行名：三菱UFJ 銀行 江戸川橋支店

②口座番号：普通預金 0376796

③口座名：一般社団法人日本スイミングクラブ協会

13、申込締切日：令和8年10月8日（木）必着

14、申込確認：申込並びに振込の確認は、締め切り後に「会場案内」の発行をもって連絡を致します。

15、そ の 他：①1 クラブ 2 名以上の申し込みの場合は、申込書をコピーしてご使用下さい。

②講習会当日は、筆記用具・水着（必要であれば防寒）・水泳帽子・タオル・トレーニングウェア・シューズ（スタジオ用、プールサイド用（両日ともに裸足でも結構です））をご持参下さい。

③お問合せは、担当：丁子（TEL 03-6381-0750）まで、ご連絡下さい。

16、講習会プログラム：

10月17日（土） o h ! g o o d ! s p a c e（水着不要）		10月18日（日） 東京マリン舎人スイミング（終日プール）	
時 間	受 講 内 容	時 間	受 講 内 容
9:30～10:00	受 付 ・ 開 講 式	9:15～9:30	受 付
10:00 ～11:00	（基礎理論） アクアダンスの運動処方	9:30 ～10:30	（指導実習）プール プログラムの体験
11:00 ～12:00	（基礎理論） アクアダンス概論	10:30 ～11:30	（指導実習）プール メインパートの作成
12:00 ～13:00	（基礎理論） アクアダンスの構成法	11:30 ～12:30	（指導実習）プール アクアダンスの指導法
13:00 ～14:00	昼 食 / 休 憩	12:30 ～13:30	昼 食 / 休 憩
14:00 ～15:00	基礎理論のテスト	13:30 ～14:30	（指導実習）プール 目的・対象別の指導法
15:00 ～16:00	（実技実習） プログラムの作成	14:30 ～15:30	（指導実習）プール プログラムのプレゼンテーション
16:00 ～17:00	（実技実習） アクアダンスの動作法	15:30 ～16:30	実 技 試 験
17:00 ～18:00	（実技実習） 水の特性とプログラミング		
		16:30～	閉 講 式

※この中央講習のほか、基礎理論3科目については、各4時間の通信講習が義務付けられています。通信講習はレポート提出によって行われ、各科目につき800字以上900字以内で作成していただきます。なお、レポートの提出期限は、講習会終了後1か月以内となります。

※基礎理論のテストは、教本をもとにした基礎理論の講義より出題されます。

※実技試験の内容は、プールサイドでのプログラム発表（3分間）と、担当講師から指示された上半身・下半身・体幹のエクササイズ動作等の実動表現となります。

○事前に教本を取得し、理論の予習をしておいて下さい。

○事前にある程度、実技試験で発表する3分間のプログラムの骨子を考えておいて下さい。

○実技試験では、協会側で用意した音楽（4カウントのノンストップリミックスBPM115～120程度）に合わせて動いて頂く事を原則とします。

○1日目はスタジオでの講習と実技となります。運動着と室内シューズを必ずご持参下さい。

○2日目のプールでの実技実習は、入水時間が長くなりますので、各自保温対策を万全にしておいて下さい。また、スイムキャップを必ずご持参下さい。

受講番号	
------	--

**アクアダンスインストラクター資格取得
講習会（2026.10.17～18）受講申込書**

指導者登録番号									指導歴	約 年 時間	
ふ り が な									性 別	生年月日（西暦）	
受 講 者 氏 名									男 女	年 月 日生 (歳)	
自 宅 住 所	〒 TEL() -										
所 属 ク ラ ブ (学校) 名											
所 属 ク ラ ブ (学校) 住所	〒 TEL() -										
代 表 者 (学校長) 名											

現 在 取 得 し て い る 資 格

一般社団法人日本スイミングクラブ協会関係の資格	
・水泳教師資格 [資格番号 :] ・水泳 (級) インストラクター資格 [資格番号 :] ・アクアフィットネス・上級インストラクター資格 [資格番号 :] ・メディカルアクアフィットネスインストラクター資格 [資格番号 :] ・安全水泳資格 [資格名 : 資格番号 :]	
他 団 体 の 資 格	
・ ・ ・ ・	

☆ 諸費用の振込明細書のコピーを必ず添付して下さい。
☆ 当協会の指導者登録をしている方は、必ず指導者登録番号ご記入してください。お持ちでない方は未記載で結構です。
☆ 顔写真 1 枚 (2.5×3.0 cm) を添付して下さい。(貼り付け不要)

写 真 3ヶ月以内に 撮影したもの
